

ΣΔΕΚ ΠΕΙΡΑΙΑ – ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΤΕΧΝΗΣ

ΜΑΘΗΜΑ: Εργαστήριο Τεχνικής Μαγειρικής Γ' Εξαμήνου

ΘΕΜΑ: Σουτζουκάκια Σμυρνέικα

Εκπαιδευτής: Μαρθαλαμάκης Παναγιώτης / Κοτοπούλης Αθανάσιος

Σπουδαστής:

Ημερομηνία:

Mise en place (Προετοιμασία)

Υλικά για τα σουτζουκάκια:

- 1 κ κιλάς μοσχαρίσιος
- 250-300 gr ψίχα ψωμου
- 2 τμχ αυγά
- 2 σκελίδες σκόρδο ψιλοκομμένες
- 1 κ.γ. κύμινο
- Αλάτι – πιπέρι
- 2 κ.σ. ελαιόλαδο

Υλικά για τη σάλτσα ντομάτας:

- 1 kg ντομάτες τριμμένες ή κονκασέ
- 2 κρεμμύδι ψιλοκομμένο
- 2 σκελίδα σκόρδο ψιλοκομμένη
- 15 γρ κύμινο
- 15 γρ ζάχαρη
- 80 γρ . ελαιόλαδο
- Αλάτι – πιπέρι
- (Προαιρετικά φύλλο δάφνης ,γαρούφαλλο ,μπαχάρι, ξύλο κανέλας .)

Εκτέλεση

Για τα σουτζουκάκια:

1. Μουλιάζουμε το ψωμί σε νερό και το στραγγίζουμε καλά.
2. Σε μπολ ανακατεύουμε τον κιμά, το ψωμί, το αυγό, το σκόρδο, το κύμινο, τη ρίγανη, αλάτι και πιπέρι.
3. Ζυμώνουμε καλά για 5–10 λεπτά μέχρι να αφρατέψει το μείγμα.
4. Πλάθουμε σουτζουκάκια μακρόστενα και τα αφήνουμε στο ψυγείο 30 λεπτά να «δέσουν».
5. Τα τηγανίζουμε ελαφρά σε ελαιόλαδο ή τα ψήνουμε στο φούρνο στους 200°C για 15–20 λεπτά.

Για τη σάλτσα:

1. Σοτάρουμε το κρεμμύδι και το σκόρδο σε ελαιόλαδο μέχρι να μαλακώσουν.
2. Προσθέτουμε την ντομάτα, το κύμινο, τη ζάχαρη, αλάτι και πιπέρι.
3. Σιγοβράζουμε για 15–20 λεπτά μέχρι να δέσει η σάλτσα.
4. Προσθέτουμε τα τηγανισμένα ή ψημένα σουτζουκάκια στη σάλτσα και βράζουμε μαζί για 10 λεπτά.

Παρουσίαση – Σερβίρισμα

- Σεβρίζουμε τα σουτζουκάκια ζεστά, πάνω σε ρύζι πιλάφι ή πουρέ πατάτας.
- Γαρνίρουμε με λίγο φρέσκο μαϊντανό και φρεσκοτριμμένο πιπέρι.

Παρατηρήσεις

- Το κύμινο είναι το χαρακτηριστικό άρωμα των Σμυρνέικων σουτζουκακίων.
- Το πιάτο μπορεί να εμπλουτιστεί με λίγο μπούκοβο για πιο πικάντικη γεύση.
- Μπορούμε να ραντισούμε τα σουτζουκάκια με ούζο ,όταν τα βγάλουμε από το φούρνο είτε από το τηγάνι